



www.lungenzentrum-saar.de • www.shg-kliniken.de

SHG-KLINIKEN VÖLKLINGEN

Prof. Dr. med. Harald Schäfer

Chefarzt

Kerstin Kreutzer

Fachschwester für Schmerz-
therapie, Onkologie und Palliativ-
medizin

Stationsleitung der Station 24
Pneumologie und Chemoambulanz

SHG-Kliniken Völklingen
Richardstraße 5-9
66333 Völklingen

Telefon 06898 12-1365
k.kreutzer@vk.shg-kliniken.de

Station 24

06898 12-2360
24stl@vk.shg-kliniken.de

Für meine Mundflora
Ratschläge, Tipps und Tricks
zur Mundpflege





RATSCHLÄGE, TIPPS UND TRICKS ZUR MUNDPFLEGE

Was tun bei einer trockenen und geröteten Mundhöhle?

- Honig, Salbei-Bonbons oder Wassereis lutschen.
- Klein geschnittenes Obst wie Ananas, Trauben, Orange oder Pfirsiche in einem Eiswürfelbehälter einfrieren. Das Obst dann langsam im Mund zergehen lassen. Dadurch wird der Speichelfluss angeregt und man hat einen längeren Nutzen davon.

Was tun bei Druckstellen und Schleimhautdefekten?

- Salbeitee trinken
- Salbei-Bonbons lutschen
- Helago-Öl anwenden
(kann man in der Apotheke bestellen)

Was tun bei Borkenbildung (bei sehr trockener Mundflora)?

- Rosenhonig anwenden
- Butter auf der Zunge zergehen lassen
- Erfrischend und appetitanregend sind gefrorene Früchte und Säfte
- Bei einer trockenen oder angegriffenen Mundflora helfen die in der Homöopathie bekannten Borax D4-Kügelchen, diese sind frei verkäuflich in der Apotheke → 3-4 Kügelchen in die Wangentasche legen und auflösen lassen (ca. 3-mal täglich)
- Immer weiche Zahnbürsten benutzen
- Keine „Extra-White“ Produkte benutzen, denn die greifen die Zähne an
- Keine scharfen Mundwasser benutzen

Bei Fragen wenden Sie sich einfach an das Team der Station 24 der SHG Kliniken in Völklingen! Wir beraten Sie gerne!